

# Endometrios

## Bok- och länktips från Region Dalarnas sjukhusbibliotek

Hos oss på Falu lasarettsbibliotek kan du som bor i Dalarna få hjälp med att hitta lättfattlig information om hälsa.

I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelser. Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla hälsofrämjande information ur olika databaser och från föreningar.

Vi kan även bistå med källkritisk granskning av hemsidor.

Den som inte har möjlighet att komma till biblioteket kan istället ringa eller skicka e-post.

**Hitta till biblioteket:** Gå in genom huvudentrén på Falu lasarett, gå rakt fram och passera caféet och butiken. Följ sedan skyltningen till biblioteket. Bibliotekets entré är på plan 02. Det finns hiss utanför.

Besök oss gärna på webben: [www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek](http://www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek)

### Kontakt

Region Dalarnas sjukhusbibliotek

E-post: [falun.biblioteket@regiondalarna.se](mailto:falun.biblioteket@regiondalarna.se)

Adress: Söderbaums väg 8, 791 82 Falun

Telefon: 023- 49 21 34



## Webbsidor

### **1177.se**

Står bakom sidan: Sveriges regioner

Målgrupp: alla

En sida med råd om hälsa och information om sjukdomar. Under fliken "Sjukdomar & besvär" finns rubriken "Klåda och smärta i underlivet". Genom att klicka på den så hittar du information om endometrios. Du hittar också information genom att söka på ordet Endometrios i sidans sökruta.

### **Barnendometrios.se**

Står bakom sidan: flera professioner inom hälso- och sjukvården, patientföreningar och med stöd av Lof (Regionernas ömsesidiga försäkringsbolag)

Målgrupp: barn, ungdomar, närstående och vårdpersonal.

Sidan innehåller ett utbildningsprogram med uppdaterad information om endometrios på svenska och engelska. Genom att välja vilken kategori man själv tillhör anpassas innehållet på sidan. Det finns också checklistor att ladda ner för att kartlägga smärtan.

### **Endometriosforeningen.com**

Står bakom sidan: Endometriosföreningen, en ideell patient- och handikappförening med syfte att stötta personer med endometrios, informera om sjukdomen och förbättra villkoren för drabbade.

Målgrupp: personer som har endometrios och anhöriga

Sidan innehåller bland annat fakta om sjukdomen och information att ladda ner om sjukdomen och om smärtlindring. Det finns också test och checklistor för att kartlägga smärtan innan läkarbesök.

### **Sfog.se.**

Står bakom sidan: Svensk förening för obstetrik och gynekologi. En förening för svenska gynekologer-obstetriker och läkare som intresserar sig för gynekologi

Målgrupp: Vårdpersonal

Sök på "endometrios" i sökrutan så kommer uppdaterade råd från SFOGs referensgrupp.

Författare är gynekologer, smärtläkare, radiologer och fysioterapeuter. Syftet är att du som arbetar i vården och möter endometriospatienter ha verktyg för smärtlindring och omhändertagande.

### **Umo.se**

Står bakom sidan: Sveriges ungdomsmottagningar, Sveriges alla regioner

Målgrupp: unga mellan 13 och 25 år

Sök på endometrios i sökrutan så får du upp flera träffar. Du hittar också information om klickar på rubriken kroppen och sedan väljer mens och efter det mensvärk.

## Personliga berättelser (Alfabetisk ordning på titel.)

*Kampen mellan änglarna & draken : att leva med endometrios*, av Ann-Sofi Björklund (2013)  
På grund av en långvarig smärtproblematik opererades Ann-Sofies äggstockar och livmoder bort. I boken berättar hon om sin endometrios både i dagboks-och diktform.

*Mitt liv med endometrios : tjugo kvinnors livsberättelser*, av Ellinor Wikman  
I boken har författaren samlat tjugo kvinnors berättelser om sina liv med endometrios. Författaren lider också själv av sjukdomen.

## Faktaböcker (Alfabetisk ordning på titel.)

*Endometrios : mensvärken från helvetet*, av Hulda Andersson (2017).  
Boken bygger på intervjuer med specialister och personer som lever med endometrios. Den innehåller fakta, råd och svar på frågor om sjukdomen. Författaren är stylist och modejournalist och har själv endometrios.

*Endometrios : symptom och behandling*, av Johanna Nordengren (2021).  
Den här boken riktar sig framförallt till vårdpersonal men kan också läsas av patienter och anhöriga samt användas som studielitteratur vid vårdutbildningar. Boken innehåller fakta om sjukdom och behandling. Författaren är överläkare vid endometrioscentrum på Skånes universitetssjukhus, ansvarig för endometriosteamet i Malmö och engagerad i den nationella arbetsgruppen endometrios inom Svensk förening för Obstetrik och Gynekologi.

*Vi var bara barn : om barnendometrios och vad som behöver göras*, av Victora Manfred (2022).  
Bokens innehåll baseras på 122 inskickade berättelser om hur det kan vara att som barn drabbas och växa upp med endometrios. Boken innehåller även information om sjukdomen, forskningsläge, historiska perspektiv och checklistor. Författaren sitter i styrelsen hos Barnendometriosfonden och lider själv av sjukdomen sen barndomen men har ännu inte fått någon diagnos.

## Skönlitteratur (Alfabetisk ordning på titel.)

*Nora eller Brinn Oslo brinn*, av Johanna Frid (2018)  
Johanna är tillsammans med Emil. Emils exflickvän Nora är allt som Johanna inte är och svartsjukan driver Johanna till att göra grundliga efterforskningar på Noras instagram. Samtidigt lider hon av en ändlös ständigt genomborrande smärta i livmodern. En berättelse om svartsjuka och endometrios.